

2025年

July

仕事と家庭の両立を目指す方が対象です

7月

# セミナー日程表

## マザーズハローワーク東京



MON

TUE

WED

THU

FRI

！各セミナーの申込み受付開始時間は  
申込日の 9:00～です

カレンダー内の 申込（託児あり） 申込（託児なし） を  
クリックして申込フォームへGO！

！セミナー後、1週間以内に、窓口かオンライン  
で 職業相談 必須（予約制）

7

9:30～12:30

Power Point講習  
2日間

全2日間 ●抽選

●申込期間：6/9（月）～6/17（火）

当選者にもみ 6/25 までに ☎ します

申込

8

9:30～12:30

Power Point講習  
2日間

9

9:30～11:30

税金と保険・  
ライフプラン  
セミナー

●先着  
申込開始  
6月9日（月）～

申込（託児あり）

申込（託児なし）

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

10:00～11:30

対面式  
自分の強みを探し・  
知る自己理解

●先着  
申込開始日  
6月19日（木）～

申込（託児あり）

申込（託児なし）

21

22

23

24

25

26

27

9:30～12:30

Googleツール  
講習 2日間

全2日間 ●抽選

●申込期間：6/9（月）～6/17（火）

当選者にもみ 6/25 までに ☎ します

申込

9:30～12:30

Googleツール  
講習 2日間

10:00～11:30

対面式  
作ってみよう！  
わたしの“トリセツ”

●先着  
申込開始日  
6月19日（木）～

申込（託児あり）

申込（託児なし）

28

29

30

31

2025年

July

7月

## 開催予定のセミナー情報

全セミナーで“無料託児サービス付”です！（オンラインは除く）  
 ＊託児サービスは定員3名です ＊生後3ヶ月～未就学児対象 ＊申込は託児希望専用フォームへ

託児あり 抽選

## 対面式 PowerPoint2日間

Power Pointの基本的な操作方法について学びます。プレゼンテーションの作成、表や図形、画像挿入、特殊効果の設定を主に取得することで、ビジネスでの活用につなげます。  
 (連続2日間要受講)

(定員 12名)

託児あり 抽選

## 対面式 Googleツール 2日間

導入企業が増えているGoogleツール…求人票でも見かけるようになりました。使いやすいツールですが、仕事で使うのに必要なことを学んで就職に活かしましょう。ExcelやWordの基礎がわかる方におススメの講習です。

(全2日間受講可能な方限定) (定員 12名)

## 対面式 税金と保険・ライフプランセミナー

家族のライフプランを改めて練り直し、家庭と仕事の両立について考えます。仕事を探す上で重要な社会保険制度の仕組みや税金などもお伝えします。  
 (定員 12名)

託児あり 先着

対面式

託児あり 先着

## 自分の強みを探し・知る自己理解セミナー

こんな経験はありませんか？  
 「PR出来るような経験・スキルがない」「応募書類にどのように自己PRを作成したらいいかわからない」「どんな仕事に向いているかわからない」  
 自分の強みを見つけて整理し自己理解を深めましょう  
 (定員 20名)

対面式 作ってみよう！

託児あり 先着

## わたしの“トリセツ”

「わたしらしく働く」ために自分と向き合う90分  
 これからの働き方、生き方について、じっくり考えて整理してみませんか？  
 ＊自分の特性や価値観を整理したい方  
 ＊未来のありたい姿を見つけたい方  
 ＊就職活動の最初の一步を踏み出したい方  
 におススメ  
 (定員 20名)

## 【ご案内】

- ※ マザーズハローワーク東京でご相談されている方、およびご利用予定で相談を希望される方が対象です。
- ※ 多くの方にご参加いただくため、セミナーを複数回受講することをご遠慮いただいております。  
 (抽選制セミナーは先着セミナーと同時に申し込み可能です)
- ※ オンラインセミナーにおける端末・通信費は参加者負担です。  
 また、電話でお申し込みの場合、マザーズハローワーク東京HPから「オンラインサービス利用規約」を事前に確認してください。
- ※ キャンセルの際は、セミナー開始前までに電話でご連絡願います。
- ※ 「オンライン参加型」セミナーはマイク・カメラをONにいただきます
- ※ やむを得ない理由によりセミナーが急遽中止になる場合がございます。予めご了承ください。

## 申込方法

すべてネット申し込み

↓コードから☆

HP



LINE



(申込初日の  
 9時以降に  
 申込ボタン  
 が出現)

申込み初日のみ9:00 受付開始  
 定員になり次第締め切りとします。  
 (パソコン講習は抽選です)

問い合わせ

マザーズハローワーク東京

〒150-0031 東京都渋谷区桜丘町1-2 渋谷サクラステージ  
 セントラルビル SHIBUYAサイド 10階

TEL 03-5728-8609

【平日9:00～17:00 土日祝休み】